



Yoga for Naturalist 2024

自然を五感で感じる ヨガリトリート

2024/7/ **5** fri. - **7** sun.

朝陽と共に目覚め、夕陽と共に1日の活動を終える
自然のリズムと共に過ごす贅沢なヨガ旅へ



ご予約・お問い合わせ

TEL **0980-87-5128**

Mail retreat@ksana-yoga.com

※ご不明な点などございましたら、
お気軽にスタッフまでお声がけください。

真っ新な
“私”に還る
ヨガ旅へ

Yoga for Naturalist 2024 自然を五感で感じる ヨガリトリート



身の回りにあふれる人工物から離れ、
石垣島の色濃く残る自然の中に、静寂の中に身を置いてみる。

力強い自然のエネルギーを五感で味わいながら過ごす
シンプルな時間が、複雑になっていた感情や思考をほどこき、
無意識にこわばっていた心や体に気づかせてくれる。

常にあふれるたくさんの情報から離れ、自分の内なる声を聞く。
「聴・触・視・味・嗅」五感を研ぎ澄まし、
ありのままに物事を受け止め、湧き起こる感情を知る。

ナチュラルリストのためのヨガリトリートは、優しく包み込んでくれる
自然の中で、今、自分に必要なものを得るヨガ旅。
八重山の自然が、心身の疲れを癒し、新たな活力を与えてくれます。
ナチュラルリストヨガリトリートへ ようこそ。

■日程：2024年7月5日(金)～7月7日(日) (2泊3日)

■スケジュール：

			[食事]
7/5(金)	14:00	チェックイン	—
	15:00 - 16:00	ヨガクラス [講師]長島 千比呂	—
7/6(土)	7:00 - 11:00	ビーチヨガ & サップ体験 ※ビーチにて朝食(お弁当) その後、Yoga Retreat Village, kSaNaへ移動予定	朝○ 昼× 夕×
7/7(日)	7:00 - 8:30	ヨガクラス [講師]長島 千比呂	—
	9:00 -	島野菜とフルーツのサットヴァ朝食	朝○ 昼× 夕×
	11:00	チェックアウト	—

■参加費：

				(税込)
	マスター・ゴールド	会員	一般	
洋室(2・3名1室)	52,800円	55,000円	57,200円	
和室(1名1室)	56,100円	58,300円	60,500円	

早割申込割引 4月30日(火)までのお申し込みで、表示金額から3,300円引き!

【料金に含まれるもの】 宿泊費、施設利用料、ヨガクラス(2回)、ビーチヨガ(1回)、サップ(1回)、ヨガセラピーに基づく食事(朝食2回)
【料金に含まれないもの】 施設までの交通費

■定員：8名(最小催行人数4名)

■開催場所：Yoga Retreat Village, kSaNa 沖縄県石垣市新川1585-4
<http://yoga.okinawa>



ご予約・お問い合わせ

Yoga Retreat Village, kSaNa ヨガリトリート ヴィレッジ クシャナ

TEL 0980-87-5128

Mail retreat@ksana-yoga.com